高齢者向けコーナー

〝はつらつ〟

吹田市民 はつらつ元気大作戦

市主催の介護予防教室・講座です。対市内在住の65歳以上。
問高齢福祉室(TEL6170・5860FAX6368・7348)

はつらつ元気大作戦ホームページ

催し名	時・所	定員	申し込み
介護予防講演会「笑いと介護予防」 医師による講演。手あり。	5月19日㈫午後2時～4時 メイシアター中ホール	先着200人	4月1日㈬から💻か、電話かファックスで同室へ。手話通訳希望は5月1日㈮まで。
介護予防講演会「あなたのお口がカギを握る健康長寿の新習慣」 歯科医師による講演。手あり。	6月3日㈬午後2時～4時 千里山コミュニティセンター	先着100人	4月1日㈬から💻か、電話かファックスで同室へ。手話通訳希望は5月20日㈬まで。
脳いきいき教室 オンライン開催。運動などの脳トレプログラムの動画視聴と、参加者同士の交流会。	いずれも連。初日と最終日は会場での参加が必須。 (1)5月28日㈭～7月30日㈭午前10時～正午 千里市民センター大ホール (2)5月28日㈭～7月23日㈭午後2時～4時 メイシアター第1会議室	各先着30人	4月1日㈬～5月8日㈮に💻か、電話かファックスで同室へ。

※ファックスの場合は、基本事項と生年月日を書いてください。

初心者向け いきがい教室受講生募集

1人1科目。多数抽選。過去3年で同科目の受講歴が少ない人優先。連時6月～3月。対市内在住の60歳以上。受講期間中に60歳になる人も可。¥教材費など実費。申4月13日㈪までに吹田市高齢クラブ連合会ホームページか、基本事項と年齢、科目、受講経験の有無を、はがきで吹田市高齢クラブ連合会(〒565・0862津雲台1・2・1千里ニュータウンプラザ5階TEL6872・7011FAX6155・2177)へ。消印有効。結果通知は5月上旬。

申し込みはこちら

日時、所は変更になる場合があります。

講座	科目	日時		所	定員
短期	スマートフォン6月講座(スマホ持参)	6月の木・金曜日と24日㈬	13：30～15：30	高齢者生きがい活動センター	20人
通年	コーラス	第1・3金曜日	10：00～11：30		45人
	ウクレレ(楽器持参)	第2・4月曜日			40人
	シニアのためのリトミック	第2・4土曜日			30人
	英会話	第1・3火曜日	10：00～12：00		各24人
	おりがみ	第1・3水曜日			
	硬筆・書写	第2・4水曜日			
	朗読	第1・3木曜日			26人
	川柳	第1・3水曜日	13：30～15：30		20人
	フラダンス	第1・3月曜日	14：30～16：00		30人
	ソフトフラメンコ	第1・3火曜日	10：00～11：30	総合福祉会館	各36人
	盆ダンス	第1・3水曜日			
	民謡	第1・3金曜日	10：00～12：00		各20人
	一筆画	第2・4月曜日			18人
	書道	第2・4水曜日			12人
	アレンジメントフラワー	第2・4火曜日			
	ハッピーストレッチ	第2・4火曜日	14：00～15：30		36人
	パッチワーク	第2・4火曜日	10：00～12：00	シルバーワークプラザ	24人
	つまみ画	第2・4水曜日			20人

くらしの情報

介護支援サポーター養成研修

市指定の介護保険施設などで、洗濯物の整理などの活動をしませんか。活動時間に応じてポイントが付与され、翌年度に換金できます(上限あり)。活動には、研修受講後に登録が必要。連時(1)5月11日㈪、19日㈫。(2)6月1日㈪、9日㈫。いずれも午後2時～4時。所総合福祉会館。対介護保険料の滞納がなく、介護保険サービスを受けていない65歳以上。定先着20人。申(1)4月1日㈬～5月8日㈮、(2)5月1日㈮～29日㈮に基本事項を電話かメールで吹田市社会福祉協議会(TEL6339・1205✉suisyakyo@mua.biglobe.ne.jp)へ。

パソコン教室

ワード、エクセルの基礎。Microsoft Office 2019以上搭載のパソコン(Windows)を持参。連時5月13日㈬、20日㈬、6月～10月の第1・3水曜日午後1時30分～4時。所シルバーワークプラザ(千里山松が丘)。対市内在住の人。定先着10人。¥1回2000円。テキスト代実費。申4月1日㈬～20日㈪に電話でシルバー人材センター(TEL6369・3300FAX6369・3030)へ。

高齢者生きがい活動センター

津雲台1・2・1
TEL6155・2155
FAX6155・2177
休日曜日・祝日・休日
対市内在住の60歳以上

申☆は、同センターホームページか、直接か電話で同センターへ。

デコレーションジュートバッグ

A4サイズが入るバッグを、布やチャームで飾ります。時4月16日㈭午後1時30分～3時30分。対59歳以下も可。定先着26人。¥1650円。申4月2日㈭から☆。

男性のための声トレーニング

時4月21日㈫午後1時30分～3時。対男性。定先着26人。¥500円。申4月3日㈮から☆。

ゆるっと脱力体操

時4月22日㈬午前10時～11時30分。対59歳以下も可。定先着26人。申4月4日㈯から☆。

スマートフォンのきほんの「き」

時4月23日㈭午後1時30分～3時30分。定先着20人。申4月6日㈪から☆。

歌声サロン美音(みおん)

時4月30日㈭午前10時～11時30分。定先着40人。申4月7日㈫から☆。

高齢者いこいの家

岸部中1・24・11
TEL6337・6361
FAX6337・6362
休日曜日・祝日・休日
対市内在住の60歳以上

申☆は、同施設ホームページか、直接か電話で同施設へ。

折り紙 カーネーションの花束

時4月16日㈭午後1時30分～3時30分。定先着12人。¥500円。申4月1日㈬から☆。

映画会 老後の資金がありません

天海祐希(あまみゆうき)、草笛光子(くさぶえみつこ)出演。時4月24日㈮午後2時～4時、25日㈯午前10時～正午、午後2時～4時。25日は字幕あり。定各先着45人。申4月2日㈭から☆。

トマトの植え付け体験

時4月28日㈫午後2時～3時。定先着6人。申4月1日㈬から☆。

絵手紙教室

連時5月～3月の第1木曜日午前9時30分～11時30分。定25人。多数抽選。75歳以上優先。¥1回300円。申4月1日㈬～11日㈯に☆。

サツマイモの植え付け体験

時5月8日㈮午前10時～11時。定先着10人。申4月1日㈬から☆。

口腔(こうくう)ケアセンター

津雲台1・2・1
TEL6155・8020
FAX6873・3030

申☆は、吹田市歯科医師会ホームページか、基本事項と年齢を電話かファックスで同センターへ。

イキイキお口のケア相談

歯科医師による飲み込みなどの機能や口腔ケアの相談。時5月14日㈭午後1時30分～3時30分。定先着10人。申4月1日㈬から☆。

お口の健康体操教室

歯科衛生士による口の体操など。時5月26日㈫午後1時～2時。所保健センター。対口の機能や飲み込みに不安のある人。定先着20人。申4月1日㈬～27日㈪に☆。

¥費用 記載がないものは参加無料 申申し込み 基本事項は催し名、住所、名前(ふりがな)、電話番号を記入 記載がないものは当日直接会場へ
問問い合わせ 連連続で参加が必要 対対象 勤勤務 定定員 試試験 採採用 保保育 手手話通訳 は事前に問い合わせてください

✉メールアドレス アドレスの記載がないものは裏表紙のQRコードか市ホームページに問い合わせ一覧があります
🅳用紙はホームページからダウンロードできます 💻申し込みは市の電子申込システムへ。裏表紙のQRコードからアクセスできます